

PROGRAMME

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE : PRESCRIPTION ET MISE EN OEUVRE

PROGRAMME

Formation cognitive : 10 h

Accueil et positionnement :

- Recueil des attentes des participants (objectifs individuels de la formation) et de leur expérience sur l'activité physique adaptée

Contexte actuel de l'accroissement continu de la sédentarité, de l'inactivité physique et de l'ensemble des pathologies chroniques et les plans d'actions qui y sont associés

Les différents types d'AP : l'inactivité physique et le comportement sédentaire, la condition physique, les para-sports

L'AP, la sédentarité et leurs effets sur la santé : les caractéristiques de l'AP, les entraînements séquentiels, la sédentarité, interactions entre le temps de sédentarité, le niveau habituel d'AP régulière et leurs effets sur la santé

Les différents types d'AP : les AP de la vie quotidienne, les exercices physiques, les activités sportives, les activités physiques adaptées

Les risques liés à la pratique d'une AP : les événements CV graves, les risques de blessures musculo-squelettiques, les autres risques

Place d'un programme d'APA dans un parcours de soins : publics concernés, repérage en patientèle des personnes à risque, évaluation minimale, consultation médicale, prescription d'AP, dispensation par un professionnel de l'APA (ses missions), suivi

L'évaluation médicale minimale, si le patient relève d'un avis médical avant de débiter ou d'augmenter une AP : estimation de l'intensité de l'AP ou sportive envisagée, estimation du niveau habituel d'AP et de sédentarité du patient, évaluation du risque de survenue d'un accident cardio-vasculaire, estimation des risques à la pratique d'une AP, estimation de l'état de motivation du patient, conduites à tenir après cette évaluation

Les indications pour une consultation médicale d'activité physique : indications selon le risque de survenue d'un accident cardiovasculaire grave, indications selon les risques de survenue de blessures musculosquelettiques (les personnes en situation de handicap), indications selon la pathologie ou l'état de santé ciblé

La consultation médicale d'AP : l'interrogatoire, évaluation du niveau de RCV, examen physique complet, entretien motivationnel, évaluation des différentes composantes de la condition physique du patient, prescription éventuelle d'examen complémentaires et/ou d'un avis spécialisé, prescription d'AP, programmation du suivi médical

Conclusion

Evaluation des pratiques professionnelles : 4 h

L'analyse des pratiques professionnelles porte sur le repérage en patientèle des personnes à risque, pouvant relever d'un avis médical avant de débiter ou d'augmenter une AP, sur l'estimation du niveau habituel d'activité physique et de sédentarité du patient et sur l'estimation de l'état de motivation du patient.

Elle est réalisée selon la méthode HAS « Audit clinique ».

Les indicateurs retenus sont ceux qui ont été validés par la Haute Autorité de Santé.

La grille d'indicateurs de qualité est remplie en amont de la formation par les stagiaires à l'aide d'un guide de remplissage de la grille.